

# El embarazo en la adolescencia

Talleres orientados a la población de San Antonio,

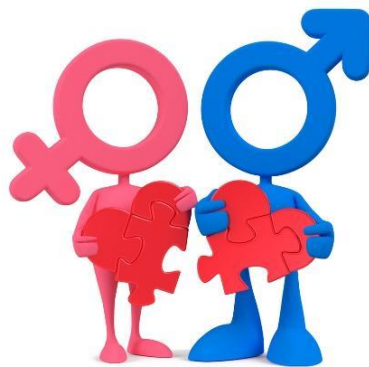
Elaborado por:  
MUÑOZ MELISSA  
ROSETO JESSICA



Ibarra, 2016



ACTIVIDADES LÚDICAS  
PARA ESTIMULAR EL DESARROLLO  
DE UNA SEXUALIDAD  
RESPONSABLE



**Decisiones que  
marcan tu vida**

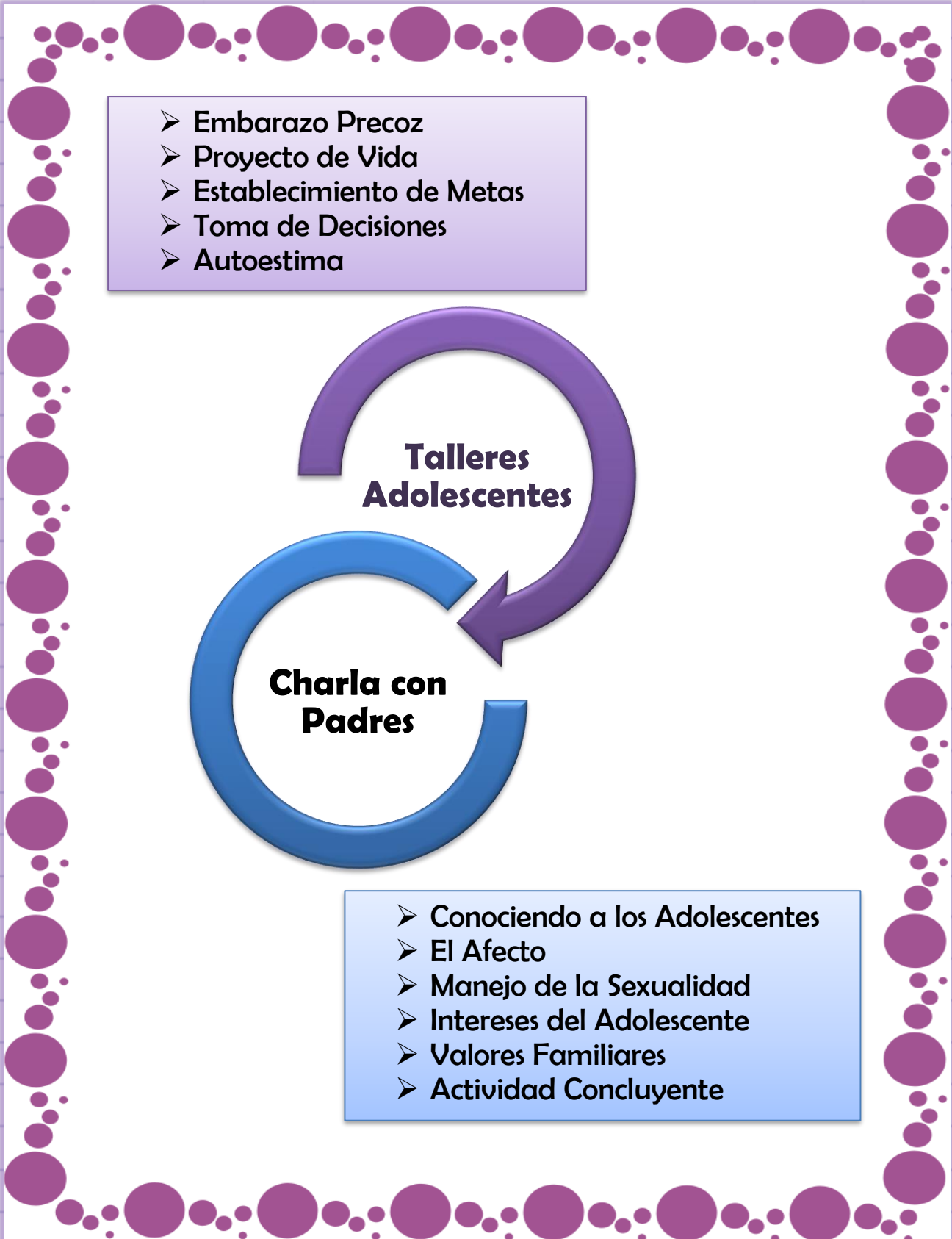
# PRESENTACIÓN

Esta guía se ha diseñado con el fin de apoyar el trabajo del Subcentro de Salud de San Antonio, para desarrollar en los adolescentes aprendizajes y nociones que permitan enriquecer una mejor formación en cuanto a la sexualidad de los adolescentes. Además de impartir charlas a los padres de los adolescentes sobre temas de su interés.

El material está estructurado por sesiones que se complementan y relacionan entre sí para posibilitar su integración entre los adolescentes. Es un documento abierto que permite generar otras actividades. Se espera que se convierta en un material útil para todos los adolescentes para el desarrollo de una sexualidad responsable.

La característica fundamental de esta guía es la interactividad y la invitación permanente a la acción de los adolescentes construyendo significados, elaborando conceptos, investigando y reflexionando sobre las emociones, valores y normas de vida, organizando la información, adecuada a su edad y a sus intereses.



- 
- Embarazo Precoz
  - Proyecto de Vida
  - Establecimiento de Metas
  - Toma de Decisiones
  - Autoestima



**Talleres  
Adolescentes**



**Charla con  
Padres**

- Conociendo a los Adolescentes
- El Afecto
- Manejo de la Sexualidad
- Intereses del Adolescente
- Valores Familiares
- Actividad Concluyente

# TALLERES PARA LOS ADOLESCENTES

## OBJETIVOS



### Objetivo General

Capacitar a los y las adolescentes de forma motivadora y lúdica, mediante talleres como intervención educativa, para prevenir el embarazo precoz.

### Objetivos Específicos

- ✓ Identificar las opiniones de los adolescentes con relación al embarazo precoz, riesgo y complicaciones.
- ✓ Cubrir las falencias de conocimientos acerca de la sexualidad responsable conjuntamente con la participación del adolescente.
- ✓ Motivar acerca de la necesidad de un proyecto de vida.
- ✓ Fomentar a los y las adolescentes la autoestima como parte de la salud mental favoreciendo el desarrollo personal, la confianza, la autoimagen y aceptación.

# SESIONES DE CLASE

## SESIÓN 1: EMBARAZO PRECOZ

### Objetivos:

- Brindar a los adolescentes una mayor información sobre las causas y consecuencias de lo que significa un embarazo precoz.
- Conocer los factores de riesgo y protección para evitar un embarazo precoz.

ACTIVIDADES	Tiempo: 15 minutos
Taller Plenaria:  Reunir a los adolescentes en grupos de cuatro, luego se solicita que respondan en un papelógrafo las siguientes preguntas:  <ul style="list-style-type: none"><li>✓ ¿Conoces algún caso de embarazo dentro de tu comunidad?</li><li>✓ ¿Cómo crees tú que va influir en su vida futura?</li><li>✓ ¿De qué manera crees tú que se pueda evitar el embarazo precoz?</li><li>✓ ¿Qué responsabilidades crees que se debería asumir?</li></ul> Al final, se escoge un representante que exponga las conclusiones del taller ante el plenario.	

## IDEAS A TRANSMITIR

### ¿QUE ENTIENDEN POR EMBARAZO PRECOZ?

#### CAUSAS

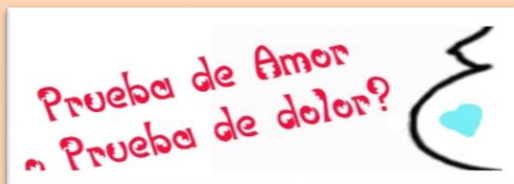
##### Disfunción familiar

Predispone a una actividad sexual prematura, debido al intento de escapar de una situación conflictiva.



##### Psicológicos y Culturales

Los adolescentes no comprenden las consecuencias de la iniciación precoz de la actividad sexual. El machismo y la necesidad del varón de probarse, y carencias afectivas, contribuyen a la problemática.



##### Sociales

La pobreza, hacinamiento, estrés, delincuencia, alcoholismo, medios de comunicación, mensajes comercializados y estereotipados.

#### CONSECUENCIAS

##### En la adolescente:

**Aspectos biológicos:** Anemia, síndrome hipertensivo, infección urinaria, aborto, y mortalidad materna.

**Aspectos psicosociales:** Deserción escolar, acompañado a futuro: desempleo, ingreso económico reducido, divorcio y abandono, afectando así su proyecto de vida.



##### En el hijo de la madre adolescente:

Bajo peso al nacer, morbilidad perinatal, malformaciones congénitas, retardo en el desarrollo psicomotor y afectivo, tasas altas de mortalidad en la infancia, mayor riesgo de negligencia y maltrato.



##### En el padre adolescente:

Estrés, trastornos emocionales. En los aspectos sociales: deserción escolar que a futuro condiciona trabajos e ingresos de menor nivel que sus padres. También presentan mayor probabilidad de separación y divorcio.

## SESIÓN 2: PROYECTO DE VIDA

### Objetivos:

- Ayudar a los adolescentes a ser conscientes y conocerse a sí mismos, de lo que les gusta y lo que les disgusta, de sus cualidades.
- Ayudar a los adolescentes a clarificar algunas de las metas en su vida a corto plazo.

### ACTIVIDADES

**Tiempo:  
20 minutos**

Taller: ESTE SOY YO - ESTE ES MI FUTURO

- ✓ A cada adolescente se le entrega una hoja de papel bond, juntos con láminas de profesiones, tijeras y goma.
- ✓ Se solicita a los adolescentes que doblen las hojas a la mitad, en una parte pondrán ¡ESTE SOY YO! (recorte de la profesión seleccionada) y en la otra ¡ESTE ES MI FUTURO! (con una breve descripción) Ver anexo.

Finalmente se alienta a que algunos trabajos representativos se expongan frente al resto de compañeros.



## ANEXO



### Puntos de discusión:

- Es difícil o fácil imaginarse como será el futuro? ¿Qué enfatizan más profesiones, vida personal? ¿Porque?
- ¿Cómo llegarás a tu futuro? ¿Será posible o no? ¿Cuáles son los obstáculos? ¿Cuáles serán tus aliados?
- ¿Qué papel juega la realidad social en el cumplimiento de nuestras metas?

## IDEAS A TRANSMITIR

### PROYECTO DE VIDA - CONSTRUYENDO MI FUTURO



Los adultos realizan proyectos de trabajo, los niños y adolescentes proyectos escolares, pero casi nunca un proyecto de vida personal.



La adolescencia etapa de planificar acciones que influirán en el futuro, de ahí la importancia de toma de decisiones para la vida y la afrontación de las mismas.



La ausencia de un Proyecto de Vida puede llevarlos: adicciones, violencia, delincuencia, embarazo precoz, prostitución, entre otros.

## SESIÓN 3: ESTABLECIMIENTO DE METAS

### **Objetivos:**

- Ayudar a los participantes a establecerse metas a corto y largo plazo.
- Reconocer la importancia de definir metas y plantarse acciones para el logro de las mismas.

Actividades	Tiempo: 10 minutos
<p>Actividad 1: Se hará una breve exposición de lo que significa y de la importancia de tener o plantearse un proyecto de vida.</p> <p>Actividad 2: Se explica al grupo que esta actividad les dará la oportunidad de practicar el establecimiento de metas, se divide el grupo en pares, para que los adolescentes puedan trabajar, se distribuye una Hoja de Trabajo "Metas de mi proyecto de vida" para cada adolescente. (Ver anexo). Se solicita que piensen, como mínimo una meta a corto plazo que les gustaría realizar.</p>	

**ANEXO**

**FORMULACIÓN DE METAS PARA MI PROYECTO DE VIDA**

**Nombre del Adolescente:**

**Guía**

**Fecha:**

**Aspectos a trabajar: Familiar, Educativo, Trabajo, personal**

<b>Yo</b>	<b>Qué quiere lograr</b>	<b>Quienes te ayudarán</b>	<b>Qué dificultades tendrás</b>	<b>Como lo vas a conseguir</b>	<b>En cuanto tiempo lo harás</b>
<b>Personal</b>					
<b>Familiar</b>					
<b>Estudios</b>					
<b>Laboral</b>					

## IDEAS A TRANSMITIR

### PASOS GENERALES PARA CREAR METAS:

#### Retírate a un lugar tranquilo:

- ✓ Lugar solitario (recámara, parque, patio, la playa, un templo, la biblioteca).
- ✓ Disponer de un largo tiempo, puedes llevar fruta, agua, golosinas y no olvides llevar un cuaderno, un lápiz o una pluma para anotar tus descubrimientos y experiencias.

#### Viaja al futuro:

- ✓ Visualízate como te gustaría estar en 3, 5, 10 años.
- ✓ Imagínate físicamente, vestimenta, ocupación y a que pasatiempos te gustaría tener.

#### Ubícate:

- ✓ Anota la descripción de tu propia persona (edad, actividades cotidianas, personas importantes, cosas que no te gusta hacer, lo que consideras más importante en la vida, lista tus virtudes y tus defectos).
- ✓ Escribe con letras grandes lo que más quisieras hacer o ser.

#### Identifica:

- ✓ Ahora debes comparar entre lo eres y lo que quieres llegar a ser en el futuro.

#### Revisa:

- ✓ Un establecimiento de metas no es un plan rígido que tienes que seguir "al pie de la letra" por el contrario, debe ser una guía que te permita ir sacando el mayor provecho de las situaciones que se te van presentando.

## SESIÓN 4:

### TOMA DE DECISIONES

#### Objetivo:

Que los participantes apliquen la toma de decisiones con la finalidad de que se familiaricen con él y reconozcan sus ventajas, y puedan elegir metas adecuadas.

#### ACTIVIDADES

Tiempo:30 minutos

##### Actividad 1

Se inicia la sesión explicando lo siguiente:

- ✓ En la vida cotidiana continuamente estamos tomando decisiones, algunos de menos importancia y otras trascendentales.
- ✓ La toma de decisiones es un método racional que permite elecciones responsables y acertadas implica

##### Actividad 2: Análisis de casos

Se trabaja con pequeños grupos de cuatro, a cada grupo, se les entrega un caso para que discutan una situación en la que tienen que utilizar el método de toma de decisiones. Los casos son los siguientes:

- ✓ Una adolescente es invitada a salir por el chico que le gusta, pero sabe que a sus papas este no les agrada.
- ✓ Su hijo adolescente le pide permiso para irse de campamento con su enamorada y otras parejas sin la presencia de un adulto.
- ✓ Una pareja de jóvenes ha decidido tener relaciones sexuales, pero no desean tener hijos.
- ✓ En una familia el hijo de 18 años les cuenta a sus padres que su enamorada está embarazada

##### Actividad 3: Plenaria Final

Finalmente se solicita a cada grupo se reúnen y exponga su caso explicando la situación, el proceso de toma de decisiones y el fundamento de la elección optada.

## IDEAS A TRANSMITIR

### PASOS GENERALES PARA CREAR METAS:

1. Identificar el problema: En que consiste y si este es relevante para aplicar la técnica de toma de decisiones.
2. Analizar las alternativas, para esto debe buscarse información, sin información uno tiene una visión muy limitada del problema y de sus alternativas lo cual puede llevar a tomar una decisión incorrecta.
3. Valorar las alternativas, una vez que uno cuenta con información objetiva sobre el problema y las opciones evaluar las ventajas y desventajas de cada una de estas.
4. El cuarto paso implica un plan de acción.
5. Adaptar la decisión a las circunstancias.



## SESIÓN 5: AUTOESTIMA

### Objetivos:

- Precisar los conocimientos que los participantes tienen acerca de la autoestima.
- Lograr que los niños y adolescentes amplíen sus conocimientos sobre la autoestima, comprendan como han formado su autoestima y valoren la necesidad de desarrollarla para su crecimiento

### ACTIVIDADES

**Tiempo:**  
**12 minutos**

#### Actividad 1:

#### TÉCNICA DE ANIMACIÓN: PARTES DEL CUERPO

Se solicita a los adolescentes que caminen en diferentes direcciones, y que cuando se diga el número con una parte del cuerpo, ellos deben agruparse de acuerdo al número y uniéndose por la parte del cuerpo que se indique.

Ejemplo: Se dice 5 rodillas, los participantes se reúnen en grupo de cinco unidos por las rodillas, y todos vuelven a caminar.

Aquellos que no logran incluirse en los grupos, van saliendo del juego a realizar una penitencia.

#### Actividad 2: Análisis de casos

#### TALLER PLENARIO: IMPORTANCIA DE LA AUTOESTIMA

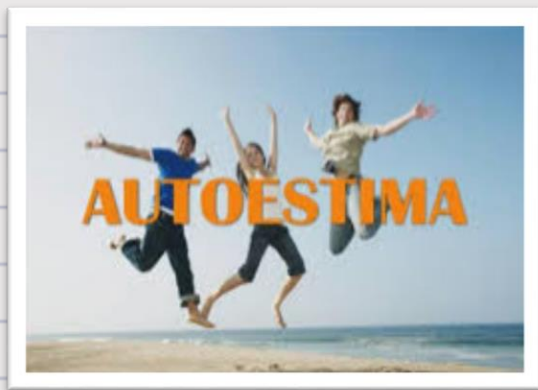
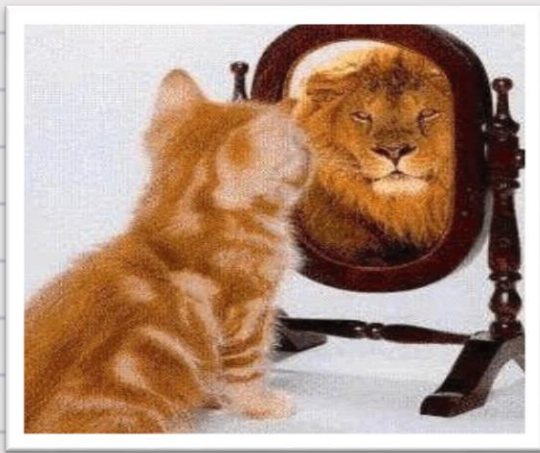
Realizan preguntas abiertas a los adolescentes:

- ✓ ¿Qué es para usted la autoestima?
- ✓ ¿Por qué es importante la autoestima?

Finalmente se destacan las conclusiones del grupo y se transmiten los mensajes centrales del tema.



## IDEAS A TRANSMITIR



- ✓ Importancia de la autoestima.
- ✓ Condiciona el aprendizaje
- ✓ Supera las dificultades personales
- ✓ Fundamenta la responsabilidad
- ✓ Apoya la creatividad
- ✓ Determina la autonomía personal
- ✓ Garantiza la proyección futura de la persona.
- ✓ Posibilita una relación social saludable.



# CHARLA PARA PADRES DE FAMILIA OBJETIVOS

## Objetivo General

Brindar a los padres de familia, una charla motivacional, que permita conocer la forma de comunicación con sus hijos, para transmitirles un modelo de prevención adecuado.

## Objetivos Específicos

- ✓ Involucra a los padres de familia en el cuidado y prevención de embarazo temprano
- ✓ Describir los tópicos de información necesarios para tratar la sexualidad de forma libre y abierta con los adolescentes.
- ✓ Socializar a los padres de familia los conocimientos y el método necesarios para dialogar con sus hijos a cerca de sexualidad

## TEMAS A EXPONER

- Conociendo a los Adolescentes
- El Afecto
- Manejo de la Sexualidad
- Intereses del Adolescente
- Valores Familiares

### Actividad para concluir la charla:

- ✓ Entregar a cada padre de familia un caramelo.
- ✓ Mientras ellos lo prueban, el moderador dirá: este dulce representa, cuando nacen nuestros hijos, llenándonos de amor e ilusión, les brindamos el cuidado necesario y frente a esto, ellos nos entregan una respuesta dulce como este postre.
- ✓ Ahora brindar algo agrío a cada padre, mientras lo prueban, el moderador dirá: esto es diferente, representa a la vida, cuando nuestros hijos son adolescentes, sus aflicciones sin solución, preguntas no contestadas, abandono emocional de los padres y el desinterés por su vida.
- ✓ Ahora vuelva a dar el mismo dulce que inicialmente dio a cada padre y el moderador dirá: a pesar de ser el mismo dulce, este ya no sabe igual, nuestros hijos pueden seguir siéndolo, pero ya no son lo mismo, ni van a tener la misma respuesta dulce como era antes.

**Reflexión:** No permitamos que nuestros hijos dejen de ser dulces, a pesar de que van creciendo.

# BIBLIOGRAFÍA

Alonso, M. (2005). *Relaciones familiares y ajuste en la adolescencia*. Obtenido de [https://www.uv.es/lisis/otras-publica/tesis\\_manuela.pdf](https://www.uv.es/lisis/otras-publica/tesis_manuela.pdf)

Alvarado, J. (2013). *EDUCACIÓN SEXUAL PREVENTIVA EN ADOLESCENTES*. Obtenido de [http://www.umce.cl/joomlatools-files/docman-files/universidad/revistas/contextos/N29\\_02.pdf](http://www.umce.cl/joomlatools-files/docman-files/universidad/revistas/contextos/N29_02.pdf)

CIMOP, & Mujer, O. d. (2008). *La Sexualidad de los Jóvenes desde la Perspectiva de los Padres*.

Domínguez Domínguez, I. (2011). Influencia de la familia en la Sexualidad Adolescente. *Gynecología y Salud Reproductiva*.

García, M., & Gutierrez, M. (2006). *Autoconcepto del adolescente*. Madrid: TEA.

Gervilla, Á. (2008). *Familia y Educación familiar*. Obtenido de [https://books.google.com.ec/books?id=OP6WBgAAQBAJ&pg=PA37&lpg=PA37&dq=De+esta+manera,+nuestras+relaciones+%C3%ADntimas+y+las+personas+m%C3%A1s+pr%C3%B3ximas+se+sit%C3%BAan+m%C3%A1s+cerca+de+nuestro+asiento+durante+el+viaje&source=bl&ots=\\_tu3rgTT4c&sig=nk6](https://books.google.com.ec/books?id=OP6WBgAAQBAJ&pg=PA37&lpg=PA37&dq=De+esta+manera,+nuestras+relaciones+%C3%ADntimas+y+las+personas+m%C3%A1s+pr%C3%B3ximas+se+sit%C3%BAan+m%C3%A1s+cerca+de+nuestro+asiento+durante+el+viaje&source=bl&ots=_tu3rgTT4c&sig=nk6)

Jones, D. E. (Enero - Marzo de 2010). Diálogo entre padres y adolescentes sobre sexualidad: discursos morales y médicos en la reproducción de las desigualdades de género. *Interface - - Comunicação, Saúde, Educação*, 14(32). Obtenido de [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-32832010000100014&lng=en&tlng=es](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-32832010000100014&lng=en&tlng=es)

Polith, C. (2014). *Familias Disfuncionales como predictoras de conducta asociales en los estudiantes de primero y segundo año de bachillerato*. Obtenido de [http://dspace.utpl.edu.ec/bitstream/123456789/10497/1/Polit\\_Cadena\\_Carmen\\_Virginia.pdf](http://dspace.utpl.edu.ec/bitstream/123456789/10497/1/Polit_Cadena_Carmen_Virginia.pdf)

Zárate Lema, I. A. (2005). Factores Psicosociales Familiares asociados a la iniciación secundaria de Lima Cercado.